



Des idées pour avancer :

Le rendez-vous CoachingDays

Depuis 10 ans, nous accompagnons les leaders et leurs équipes dans des parcours de transformation authentiques et durables.

Notre conviction : dans un monde en constante mutation, apprendre seul ne suffit plus. Il faut parfois **désapprendre**, remettre en question ses certitudes et ses habitudes pour mieux évoluer.

Dans ce numéro, trois leviers pour nourrir vos pratiques professionnelles et renforcer votre impact :

- 1. Comprendre pourquoi le désapprentissage est clé pour évoluer
- 2. Identifier les habitudes à remettre en question pour progresser
- 3. Expérimenter des méthodes concrètes pour intégrer le changement

Des idées concrètes, des exemples issus de nos accompagnements et des pistes à tester dans vos équipes.

🔗 À explorer dans notre catalogue

- Donner des feedbacks impactants (p.14)
- Coaching individuel de développement professionnel (p.7)

📅 Et si vous essayiez ?

[Accédez à notre agenda](#) et construisons ensemble des solutions sur mesure pour révéler votre potentiel et celui de vos équipes lien vers agenda.



Réapprendre à apprendre : pourquoi le désapprentissage est la compétence clé de 2025

Carol Dweck, psychologue et spécialiste du *growth mindset*, rappelle que la capacité à se remettre en question est plus importante que le talent inné. Les leaders capables de désapprendre leurs automatismes et d'adopter une posture d'apprenant sont ceux qui s'adaptent le mieux aux transformations rapides.

Exemple concret : un manager habitué à microgérer ses équipes a dû désapprendre ses réflexes pour instaurer confiance et autonomie en télétravail. Cela a demandé plusieurs mois de pratique, de feedback et d'auto-observation pour remplacer ses habitudes par de nouvelles routines plus adaptées.

🔑 Ce que ça peut changer

- Libérer l'esprit pour de nouvelles compétences
- Encourager une culture de curiosité et d'expérimentation
- Transformer les erreurs en véritables opportunités d'apprentissage

🔗 À découvrir dans [notre catalogue](#) :

- Manager coach (p.30)
- Leadership et charisme (p.33)
- Coaching individuel de développement professionnel (p.7)

📖 Pour aller plus loin :

Découvrez les travaux de Carol Dweck [ici](#).



Remettre en question ses habitudes pour mieux manager

Le désapprentissage passe souvent par l'analyse des routines et comportements établis. Identifier ce qui freine la collaboration ou la créativité est le premier pas vers le changement.

Exemple pratique : un dirigeant a constaté que ses réunions systématiquement descendantes étouffaient les échanges. Il a testé un format plus interactif, laissant l'équipe proposer des solutions avant ses recommandations.

🔑 À quoi ça peut servir ?

- Ouvrir de nouveaux espaces de dialogue et d'innovation
- Faire évoluer la posture managériale vers plus d'autonomie et de responsabilité
- Créer une dynamique collective plus vivante et motivante

🔗 À explorer dans notre catalogue :

- Développer l'esprit d'équipe (p.14)
- Leadership et intelligence collective (p.33)

📅 Et si vous essayiez ? [Contactez-nous ici](#)

Expérimenter pour intégrer le changement



Désapprendre n'est efficace que si l'on pratique. Tester de nouvelles méthodes ou comportements permet de remplacer progressivement les anciens réflexes.

Exemple pratique : un manager a instauré des bilans hebdomadaires où l'équipe partageait librement succès et difficultés, au lieu de rapports descendus depuis le top. En laissant les collaborateurs proposer des améliorations, il a renforcé la confiance et créé un espace de co-construction. Au fil des semaines, la communication interne s'est fluidifiée et la motivation a augmenté.

Astuce concrète : commencez par un petit changement dans vos pratiques quotidiennes, observez les réactions et ajustez. L'accumulation de ces petites expérimentations produit des effets durables.

🔑 À quoi ça peut servir ?

- Installer de nouvelles habitudes plus efficaces
- Créer une culture du progrès et de l'adaptabilité
- Renforcer la confiance et la collaboration dans l'équipe
- Préparer l'organisation à absorber les transformations futures

🔗 À explorer dans notre catalogue :

- Coaching individuel de développement professionnel (p.7)
- Donner des feedbacks impactants (p.14)

📅 Et si vous essayiez ?

[Contactez-nous](#) pour construire ensemble des solutions sur mesure et révéler le potentiel de vos équipes.

Invitez d'autres personnes à partager votre newsletter avec leurs collègues ou sur les réseaux sociaux.